

Benessere

di Gaia Giorgetti

GETTY IMAGES



# IL COVID -19 SPIEGATO AI BAMBINI

ISABELLA BALENA



**ILARIA CAPUA**  
VIROLOGA E  
RICERCATRICE, NOTA  
PER I SUOI STUDI  
SULL'AVIARIA, È FRA  
I 50 SCIENZIATI MIGLIORI  
AL MONDO.

LA VIROLOGA **ILARIA CAPUA** PRESENTA UN LIBRO GIOCO CHE INQUADRA IL VIRUS, LA PANDEMIA E I COMPORTAMENTI DA ADOTTARE: "SE I PICCOLI CAPISCONO NON VIVONO I LIMITI COME IMPOSIZIONI!"

NEI SOGNI DEI NOSTRI PICCINI È COMPARSATA una creatura sconosciuta e invisibile, che fa paura a tutti e li costringe a portare una mascherina sulla bocca. Non ti fa vedere più i nonni, ti vieta la festa di compleanno, i raduni con gli amichetti e persino di portarti a letto l'orsacchiotto. Mamma, ma cosa sta succedendo? È la domanda più semplice del mondo, quella che i nostri bambini ci rivolgono con gli occhi ma alla quale è difficile rispondere, perché noi per primi siamo confusi, in bilico tra la paura e la voglia ▶

## Benessere

di tranquillizzarli. Chi meglio di una grande scienziata può aiutarci a spiegare loro cos'è questo mostriciattolo che ci ha cambiato la vita? Ilaria Capua si è cimentata in una sfida cruciale: dire ai più piccoli con 400 semplici parole cos'è un virus, cosa una pandemia, come comportarsi e perché farlo, quali sono i rischi e quali le strade sicure per percorrere questa emergenza insieme alla mamma e al papà.

*Ti conosco mascherina*, firmato dalla virologa con illustrazioni di Ilaria Faccioli, è un libro gioco, con le finestrelle che fanno parlare un virus immaginario, descritto come parte della natura, un avversario che si può tenere a bada: basta conoscerlo. Anche a tre anni.

### Professoressa Capua, perché ha deciso di rivolgersi ai più piccoli?

Per molti motivi, innanzitutto perché la sanità pubblica va comunicata e spiegata a tutti, compresi i bambini e le loro famiglie, cercando di chiarire come stanno le cose per evitare che la confusione alimenti paure irrazionali. È un libro semplice, vuole rendere più normale e più naturale il fenomeno della pandemia: i virus sono sempre esistiti e bisogna conoscere sia i meccanismi attraverso i quali si diffondono in giro per il mondo, sia cosa fare per evitare che questi esserini invisibili facciano danni. **Secondo gli esperti il virus non mette a rischio la salute dei bambini, che però sono tra i più colpiti psicologicamente: sono più irritabili, ansiosi, dormono meno. Ci siamo dimenticati di loro?** Non abbiamo mai pensato ai bambini come soggetti fragili, visto che l'epidemia mette a rischio altre categorie, anziani, immunodepressi, portatori di altre patologie. Ma i più piccoli sono

molto vulnerabili proprio perché non riescono a capire cosa stia succedendo. È più semplice affrontare la pandemia se li coinvolgiamo, rendendo questa emergenza un problema che si comprende e si gestisce in famiglia.

### Primo concetto da spiegare?

Che i virus esistono in natura e sono sempre esistiti. Le epidemie sono un problema mondiale, che riguarda miliardi di persone che abitano la Terra: il virus non cammina da solo, lo portiamo in giro noi.

### Regola numero uno.

Quando usciamo, e sappiamo di dover vedere o incontrare delle persone la mascherina ce la dobbiamo mettere.

**Dal suo libro gioco, i bambini dovrebbero capire che è giusto rinunciare a cose per loro importantissime: giocare con i loro amichetti, andare alle feste, festeggiare il compleanno, vedere i nonni e gli zii.**

Queste cose per loro sono importantissime ed è per questo che bisogna spiegarle, altrimenti diventa un'imposizione che crea ansia e disorienta, magari anche come una punizione: diverso è se il sacrificio è uno sforzo di tutta la famiglia. Il mio è un libro da raccontare, dalla mamma e dal papà, che si fanno carico di andare al supermercato a fare due spese, una per la propria famiglia e una per i nonni. La campana degli affetti ci protegge, anche dal virus. Certo, è stato anche un pretesto per dare ai genitori consigli pratici e basilari. Vedo che c'è ancora tanta confusione, anche se i comportamenti di sanità pubblica sono pochi e molto chiari: lavarci le mani,

indossare la mascherina, non uscire con la febbre, usare i disinfettanti, proteggere gli anziani. Finché non ci sarà il vaccino, dobbiamo seguirli, se non vogliamo rivedere le terapie intensive piene.

### Molti genitori cercano di minimizzare, per evitare che i figli si terrorizzino. Qual è l'atteggiamento giusto?

Spiegare la verità, cercando di non renderla troppo spaventosa: dalle malattie virali si

guarisce, tant'è che il primo riferimento del libro è proprio all'Asiatica, che molti nonni ricordano bene.

**Un manuale pratico illustrato anti-Covid in 400 parole? Bastano per un problema tanto complesso?**

Ho scritto centinaia di articoli scientifici, ma credo che queste 400 parole

potrebbero essere le più utili che abbia mai scritto. Se riusciamo a migliorare l'igiene, seguendo i comportamenti corretti, possiamo abbattere rischi, costi e risparmiare vite. Lo considero come un libro di ricette brevi: bocconcini di sanità pubblica. Hai un dubbio? Qui cerchiamo insieme le risposte.

### Arriverà presto il Natale e lei ha ribadito che una cena in famiglia è un rischio che non ci possiamo permettere.

Non possiamo far incontrare ai nostri anziani persone che hanno reti di contatti aperte. Rischiano di finire in ospedale e di morire! Se io volessi fare il Natale con mia mamma, gli zii, la suocera, li metterei a rischio, perciò non lo farò. È una pandemia e dobbiamo capirlo. Tra l'altro, possiamo dirci fortunati perché non ha i denti affilati. **Il Covid-19 non è cattivo?**

Non è un virus spietato. È una creatura della natura, va trattata con rispetto e gestita in modo organizzato. **F**

**HO SCRITTO  
CENTINAIA DI  
ARTICOLI  
SCIENTIFICI, MA  
QUESTO LIBRO  
POTREBBE  
ESSERE PIÙ UTILE**

IL LIBRO  
TI CONOSCO  
MASCHERINA,  
DI ILARIA CAPUA,  
ILLUSTRAZIONI  
DI ILARIA FACCIOLI  
(LA COCCINELLA,  
EURO 13,90).

